№. 27. Waszawa 6 Lipca 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5 Zmiana adresu 20 kop.

# KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:

Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki 30 kop. Na innych stronicach 20 kop Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

**Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.**
**Wychodzi w każdą Sobotę.**

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.











**Prenumerata „Kosmetyki" w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal. kwartalnie kor. 3.75 hal.**
**Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie.**

Dr. Luster — Kraków.

# Kilka słów w kwestyi reformy stroju kobiecego.

(*Dalszy ciąg*).

Zanim omówimy zboczenia w narządach trawienia i płciowych, naszkicujemy pobieżnie anatomiczne stosunki w jamie brzusznej i miednicy. Po prawej stronie, tuż pod podstawą (przeponą) klatki piersiowej, mieści się wątroba wraz z pęcherzykiem żółciowym, którego przewód, odprowadzający żółć z wątroby, wpada do jelita. Z lewej strony usadowiony jest żołądek i śledziona, a pod wzmiankowanymi narządami przebiega poprzecznie środkowa część jelita grubego, niby rura, oparta o boczne ściany jamy brzusznej. Resztę przestrzeni brzucha wypełniają jelita, a posuwając się ku dołowi, natrafiamy na jajniki, przewody jajnikowe i macicę. Oto — najważniejsze narządy, które nas najbardziej obchodzą.

Najżywotniejsze z tych narządów: wątroba, żołądek, śledziona i poprzeczna część jelita grubego, znajdują się właśnie w przestrzeni zwężonej ubraniem, względnie gorsetem, lub paskiem. Koniecznem następstwem ucisku jest p r z e m i e s z c z e n i e wzmiankowanych narządów. Wątroba obniża się ku dołowi i przesuwa się na lewo ku żołądkowi, warunkując jednocześnie zmianę pozycyi żołądka — z poprzecznego na położenie prostopadłe. Stały ucisk żeber — na mało stosunkowo elastyczną tkankę wątroby—wytwarza w niej głębokie brózdy, a nie rzadko, o d s z n u r o w a n i e dość wielkie płata tego gruczołu, z ujmą dla funkcyi wydzielniczej tego, niezmiernie ważnego w procesie trawienia, narządu. Bywały przypadki, iż odsznurowanie wątroby, któremu zwyczajnie towarzyszą dotkliwe bóle, wprawiało lekarzy w kłopot przy rozpoznawaniu przypadłości, albowiem objawy odsznurowania łatwo można odnieść do nowotworu.

Aczkolwiek odsznurowanie części wątroby i ucisk na cały ten gruczoł ujemnie wpływa na jego funkcyę wydzielniczą, to jednak nie są owe przypadłości tak groźne dla zdrowia i życia, jak ucisk na przewód żółciowy. Stagnacya bowiem żółci mści się w dwojaki sposób: najpierw nie dostaje się żółć do miazgi pokarmowej, przez co wysoce cierpi trawienie, a powtóre, zgęszcza się żółć w pęcherzyku, czego następstwem bywają—tak częste u kobiet—k a m y k i ż ó ł c i o w e.

Przerażającą wprost jest liczba k o b i e t, cierpiących na wzmiankowaną przypadłość. *Schröder* podaje na podstawie ścisłych badań 20% tej choroby u kobiet, podczas gdy u mężczyzn, i to przeważnie u wojskowych i robotników, opasujących się — jak wiadomo — paskiem, zaledwie 4%.

Liczby te są chyba wymownym dowodem zgubnego wpływu ściągania się w pasie, o czem same kobiety dobrze wiedzą, a jednak nie usuwają przyczyny, by nie narazić się na „stokroć gorszą ułomność"... braku figury. Nie lepiej dzieje się z żołądkiem, od którego zawisło przecież istnienie człowieka. Przesunięty i ugnieciony żołądek nie może przyjąć normalnej ilości pokarmów, tem mniej tę odrobinę strawić, gdyż ruchy żołądka bywają wśród podobnych warunków nader utrudnione. Wiadomo, że ściana wewnętrzna żołądka wydziela kwas solny, potrzebny do strawienia miazgi pokarmowej, atoli funkcyę wydzielniczą spełnia żołądek wówczas normalnie, gdy przypływ krwi nie doznaje w niczem przeszkody. Łatwo sobie wyobrazić, jaki nacisk wywiera gorset na podatne naczynia krwionośne, jeśli potrafi odsznurować części wątroby. To też żołądek wydziela nieznaczną ilość kwasu solnego, który — dzięki utrudnionym ruchom żołądka — trawi zaledwie część miazgi pokarmowej, przylegającej do ściany. Miazga, mieszcząca się we środku przestrzeni, przesuwa się do jelit niemal w postaci niezmienionej, wobec czego staje się bezużyteczną dla ustroju. Nadmienić wypada, że miazga, niedostatecznie w żołądku zdezynfekowana, ulega w jelitach nadmiernemu butwieniu, czemu przypisać należy tak często obserwowane wzdęcia.

Nieraz dziwią się matki, że córki, żyjące zresztą wśród najkorzystniejszych warunków hygienicznych, cierpią na uporczywy brak apetytu. Rzekłbym, że one cierpią na brak miejsca dla pomieszczenia pokarmów, aczkolwiek przyznaję, iż niedomoga wydzielnicza żołądka warunkuje brak apetytu.

Koniecznem następstwem utrudnionych ruchów żołądka jest w z m o ż o n a praca mięśni, usadowionych w ścianie żołądka. One to sprawiają, że miazga — acz z trudnością — prześlizguje się do jelit. Wszelako i one nużą się z czasem, a wówczas wytwarza się r o z s t r z e ń żołądka — wśród nader niemiłych objawów schorzenia. Żołądek, rozdęty, sięga nieraz do środka jamy brzusznej, a wobec upośledzonej sprawności mięśni i włókien elastycznych, zalegają w nim pokarmy dłużej nad normę, wywołując arcyprzykre objawy gniecenia, kurczów, wymiotów i w. in.

Zaznaczyć wypada, iż interniści przypisują gorsetowi przyczynę tak często pojawiającego się u kobiet okrągłego w r z o d u żołądka.

Znaną jest rzeczą, że 90% kobiet cierpi na obstrukcyę, której przyczynę każdy łatwo pojmie, skoro

sobie uprzytomni przemieszczenie i ucisk narządów na jelita. Mechaniczny zatem ucisk utrudnia wysoce przesuwanie się pokarmów, które zależne jest od chwil, w których kobieta zwolni ciało od krępujących ją kajdan. I w tym wypadku wysilają się forsownie mięśnie jelit, czego następstwem musi być zatrata ich sprawności, oraz rozdęcie jelit. Naówczas mamy obraz przewlekłej obstrukcyi, przypadłości, z którą łączy się ściśle szereg poważnych następstw, niszczących organizm, i sprowadzających rychło objawy przedwczesnej starości.

Drugim momentem, sprzyjającym w wyższym może jeszcze stopniu, aniżeli ucisk ze strony narządów — pojawianiu się obstrukcyi, jest przewężenie poprzecznego odcinka jelita grubego.

Wyobraźmy sobie kogoś, trzymającego oburącz rurę gumową równolegle do poziomu ułożoną. Uzmysłowi nam ten obraz położenie poprzecznego odcinku jelita grubego. Gdy zbliżymy następnie ręce, a temsamem i oba końce rury ku sobie, zagnie się ona we środku i zamknie ścianami przestrzeń między niemi zawartą. Zupełnie tak samo dzieje się z jelitem grubem, ułożonem poprzecznie, a przewężonem akcesoryami ubrania. Naturalnie, że przez przewężoną część jelita miazga pokarmowa z ogromną trudnością przecisnąć się zdoła.

Zatrzymaliśmy się przy wyliczaniu przypadłości, jakie sprawia dzisiejsze ubranie kobiece w narządach trawienia nieco dłużej, aby miłe czytelniczki mogły zrozumieć, dlaczego błednica i niedokrewność stały się dziś u kobiet niemal powszechnemi chorobami.

Godne jest zaznaczenia, dla poparcia naszych wywodów, że u ludów pierwotnych nigdy nie spostrzegano samoistnej anemii; u ludów natomiast, stojących na nieco wyższym szczeblu kultury, zauważono objawy niedokrewności u tych kobiet, którym udało się narzucić „kulturę“ z zakresu... europejskiego stroju kobiecego. I u nas, zanim uszczęśliwiono ludzkość gorsetem, nie znała medycyna chlorozy, a przynajmniej nie była ona regułą u dziewcząt w okresie dojrzewania płciowego, jak to dziś—niestety—bywa. W tym okresie przemian fizyologicznych wymaga organizm kobiecy nadzwyczajnie normalnych warunków, a właśnie w tej epoce życia dekorują matki swe córki gorsetem, niejako w nagrodę za osiągniętą rzekomo dojrzałość.

Niedostateczne — jak wykazaliśmy wyżej—przyjmowanie pokarmów, butwienie i fermentacya w jelitach, zatruwająca krew produktami rozkładowymi, oraz utrudniony obieg krwi i jej dowóz do najżywotniejszych narządów, tłomaczą chyba dostatecznie zjawisko epidemicznie niejako panującej niedokrewności i z nią ściśle złączonej nerwowości. Dziś stała się anemia chorobą wieku, wyciskającą swe straszne piętno na zdrowiu i urodzie, i to wszystko za cenę... smukłej kibici, mogącej chyba zadowolnić mężczyznę o zdegenerowanym zmyśle estetycznym, dla którego kuplet, na katarynce odegrany, będzie również prawdziwą stanowił biesiadę artystyczną.

Doznawanie rozkoszy zmysłowej na widok zniekształconej kobiety nazywam—perwersyą.

Na uznaniu takich ludzi nie powinno inteligentnej kobiecie zależeć.

*(D. c. n.).*

# Miód jako środek leczniczy i kosmetyczny.

„Miód Cię uczyni zdrowym
i pięknym”. Hippokrates.

W № 25 „Kosmetyki“ zaznaczyłem, iż w szeregu „naturalnych i sezonowych“ kosmetyków poważne miejsce zajmują poziomki. To samo da się powiedzieć o miodzie.

Natura jest nadzwyczaj zapobiegliwą i wspaniałomyślną zwłaszcza dla płci pięknej: stworzyła niewyczerpany arsenał skutecznych i naturalnych środków, w celu jaknajdłuższego zachowania urody kobiet; środki te z powodzeniem zupełnem mogą zastąpić niektóre drogie, tak mało skuteczne a niekiedy i szkodliwe kosmetyki, za które nieraz płacić trzeba sumy bajońskie.

Słynna ze swej piękności Ninon, której nie dorównają ani Cavalieri z jej bajecznemi brylantami, ani Cléo de Mérode z jej historyczną fryzurą — nie używała żadnych kosmetyków *sztucznych* — natomiast uznaniem jej cieszyły się przetwory naturalne: mleko, winogrona, poziomki i miód. Zwłaszcza ten ostatni sok złocisty, zbierany z kielichów kwiatów przez pszczoły — zasługuje na wzmiankę, to też pragnę poświęcić mu słów kilka.

Miód składa się przeważnie z cukru owocowego i grudkowego; pierwszy stanowi jego część płynną, drugi — zsiadłą; miód zawiera prócz tego wolne kwasy organiczne, klej, wosk w małej ilości i komórki roślinne. Zapach miodu najczęściej pochodzi z roślin, z których był zbierany.

W medycynie miód ma częste zastosowanie, jako środek lekko przeczyszczający; prócz tego utlenia znakomicie krew i sprzyja trawieniu. Zewnętrznie używany bywa jako część składowa różnych środków, naprz. do pędzlowania ust u dzieci przy pleśniawkach, do płukań ust (1 część miodu na 4 części naparu szałwii) przy próchnicy zębów i u osób, dotkniętych „cuchnieniem z ust“. wskutek niedokładności w trawieniu.

Jako środek par excellence *kosmetyczny* miód wywiera działanie podwójne: użyty *wewnątrz* regeneruje krew, sprzyja prawidłowej przemianie materyi, nie dopuszcza do tworzenia się szkodliwych fermentów w tkankach, przez co zapobiega różnym wykwitom skórnym, zarówno na twarzy, jak i na całem ciele.

Stosowany *miejscowo* miód nadaje cerze młodzieńczą świeżość i piękną karnację.

Nadaje się zwłaszcza jako doskonały środek, zmiękczający t. zw. „chropowatą" skórę. Stosować go można zarówno do twarzy, jak i do rąk i gorsu.

Niżej podaję kilka przepisów na wypróbowane, dobre środki, w skład których wchodzi miód, tu tylko zaznaczę, że wcieranie pasty miodowej w czoło zapobiega poniekąd tworzeniu się zmarszczek; nie należy tylko zapominać o jednej rzeczy: o ile wcieranie takie uskutecznia się w lecie i na noc — trzeba okno w sypialni pozostawić otwarte, bo inaczej... zlecą się muchy na ten słodki lep, i skutek może być zupełnie odmienny.

Opalenizna, niektóre plamy czerwone, a nawet i piegi ustępują bardzo często pod działaniem miodu. Skóra twarzy odświeża się, nabiera soczystości i elastyczności.

Wpływ ten dodatni (zarówno jak i przy poziomkach) przypisać należy zapewne kwasom organicznym, zawartym — jak mówiłem wyżej — w miodzie.

Kwasy te działają orzeźwiająco i wzmacniająco nie tylko na skórę, lecz i na włosy, wstrzymując niekiedy wypadanie ich — zwłaszcza na tle nerwowem i wskutek osłabienia.

Dla wiadomości czytelników podaję kilka przepisów na środki, zawierające w swym składzie miód.

### Pasta miodowo-migdałowa, udelikatniająca skórę.

Rp.
Farinae amygd. amar. 100,0
Ol. amygd. amar. 60,0
Mellis 300,0
Vitell. ovor. № 6
Natri carbon. 24,0
Aquae ros. q. s.
*MDS. Pasta.*

---

### Mydło miodowe, zmiękczające skórę.

Rp.
Mydła zwycz. 80,0
Oczyszczonego miodu 6,0
*MDS. Mydło.*

---

### Woda miodowa na wzmocnienie włosów.

Rp.
Olei Bay 20,0
Trae Quillayae 10,0
Mellis depurati 8,0
Boracis 2,0
Aquae rosar. 120,0
„ Naphae 40,0
*MDS. Woda do włosów.*

*Dr. M. W.*

# Zakopane we Lwowie.

(Korespondencya z Wystawy przyrodniczo-lekarskiej we Lwowie).

*Lwów 24 czerwca.*

W najbliższym czasie, bo już z końcem lipca zjadą się w naszem mieście lekarze ze wszystkich ziem polskich i poświęcą parę dni wspólnej pracy, mającej przyczynić się do podniesienia nauki lekarskiej, do gruntownego zbadania różnych ważnych zagadnień w interesie cierpiącej ludzkości. Zjazdy mają piękną historyę nietylko pod względem naukowym: gromadzą one liczne zastępy naszych lekarzy i przyrodników i przyczyniają się do wyrabiania nowej łączności między ludźmi tego samego zawodu, tej samej narodowości, — a przecież różnemi granicami tak rodzielonymi, że często zbliżenie jest bardzo utrudnione! Tegoroczny zjazd zapowiada się bardzo dobrze zarówno pod względem naukowym, jak towarzyskim oraz liczby uczestników. Ze zjazdem połączono wystawę przyrodniczo—lekarską, której otwarcie odbyło się w tych dniach. Przygotowywano ją długo i sumiennie, ale urządzono ostatecznie tak, że pochlubić się nią możemy. Daje ona doskonały obraz naszej pracy i rozwoju w dziedzinie pracy nad zdrowiem ludzkiem i wykazuje bezustanny postęp naprzód w porównaniu z ostatnią wystawą przyrodniczo-lekarską w Krakowie.

Wystawa mieści się w budynkach, pozostałych po wystawie krajowej w parku stryjskim i obejmuje działy: szpitalnictwa, balneologii, przetworów i wyrobów naszych w dziedzinie lekarskiej. Niepodobna zestawić całego ich spisu; zaznaczyć wszakże należy, że jedną z najwięcej zajmujących na wystawie sal jest zajęta przez Zakopane. Oryginalnie przystrojona już na wstępie uderza widza dużemi nad drzwiami gałęziami kosodrzewiny, siejącemi żywiczny zdrowy zapach. W tej sali zakopiańskiej urządziła swoją wystawę Komisya klimatyczna zakopiańska i słynne już na ziemiach polskich Sanatoryum D-ra Dłuskiego dla chorób piersiowych, Bratnia Pomoc, Sanatoryum dla młodzieży, Schronisko nauczycielek i t. d. Komisya klimatyczna zaznaczyła na wystawie, że niesłuszne są podnoszone na nią tak często skargi, jako-

by umiała tylko zanadto energicznie taksy pobierać a o zdrowie gości mniej dbała. Na wystawie lwowskiej wystawiła Komisya klimatyczna zakopiańska plany zaprowadzonych już wodociągów, fotografie urządzeń do zlewania ulic i czyszczenia Zakopanego.

Wystawa Sanatoryum Dra Dłuskiego zatrzymuje tłumy przechodniów, mających przed sobą miniaturowy, plastyczny widok nietylko budynku samego, położonego wśród lasów, zwróconego na południe ku głównemu pasmu Tatr, ale także wszystkich jego urządzeń. Pierwszy model w skali 1 : 100 wykonany artystycznie z drobiazgową dokładnością przez zakład Jahody w Krakowie, przedstawia sam gmach z zajazdem od tyłu tak urządzonym, by najmniejsza odrobina kurzu nie dostawała się do leżalni chorych, oraz otaczające go piękne młode lasy.



Ogólny widok Sanatorjum.

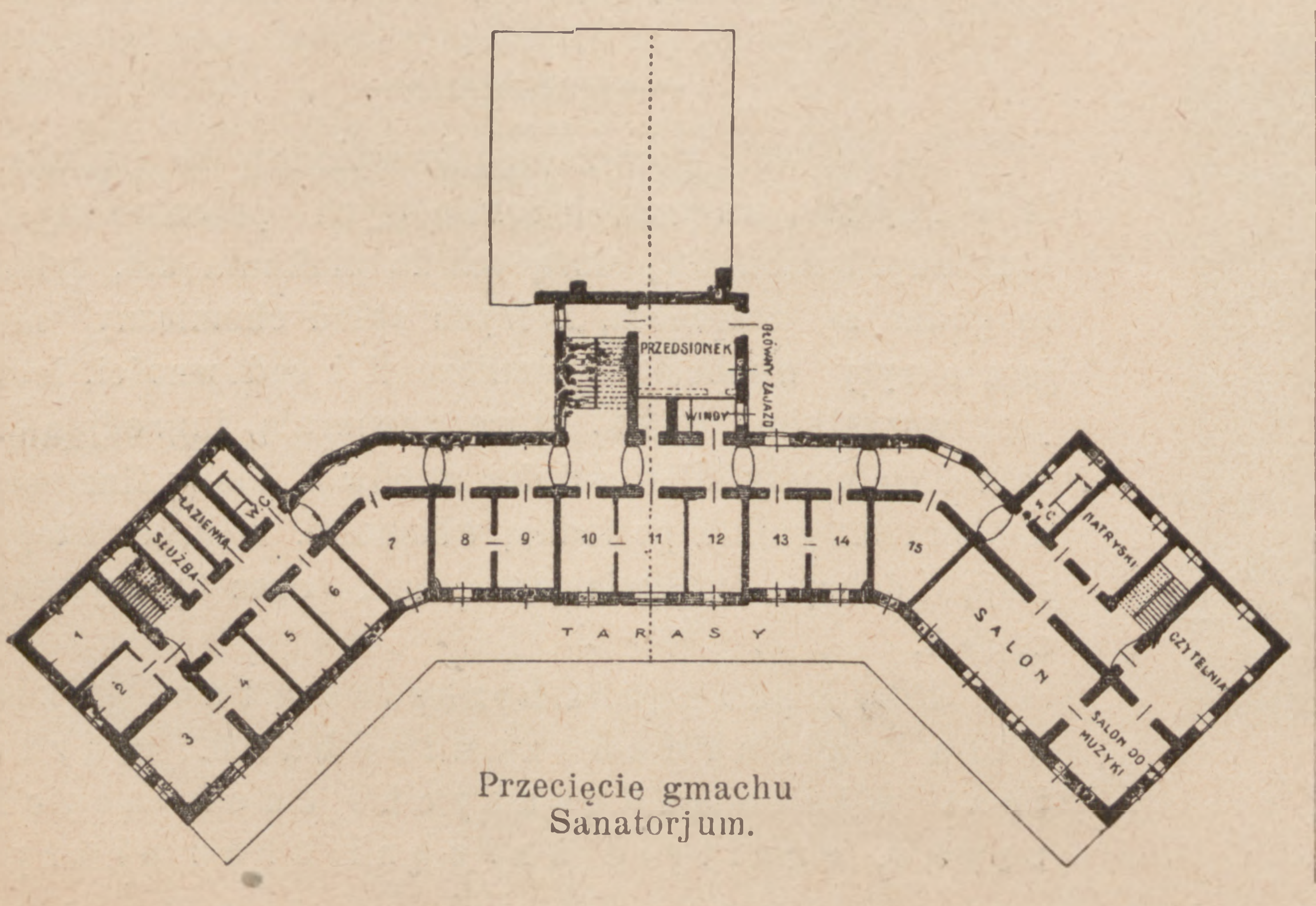
Drugi model w skali 1 : 75 to przecięcie gmachu przez całe I piętro; widać tu rozkład pokoi dla chorych; słoneczne pokoje znajdują się tylko od południowej strony, co w postępie leczenia ma pierwszorzędne znaczenie.

Od północy biegną szerokie korytarze, wyłożone linoleum, z oryginalnemi malowaniami flory tatrzańskiej p. Rembowskiego; na korytarzach urządzenia wodociągowe i centralnego ogrzewania. Gospodarczy pawilon znajduje się z tyłu gmachu Sanatoryum, w pewnem oddaleniu tak, że nie może wpływać na zepsucie woniami kuchennemi idealnie czystego powietrza w zakładzie leczniczym.

Bardzo zajmujący jest pokój chorego, wykonany w skali 1 : 10, odpowiadający wszelkim najnowszym wymaganiom wiedzy lekarskiej w tym zakresie chorób. Meble ma lakierowane, dające się najdokładniej zmywać; również łóżka metalowe lakierowane i zmywalne materace sprężynowe; okna tak urządzone, że praktycznie skonstruowanym aparatem można otworzyć górną kwaterę i mieć stale dopływ świeżego górskiego powietrza. Pokoje wyłożone linoleum, zaopatrzone podwójnemi drzwiami, między któremi znajduje się poniekąd mały przedpokój.

Dalszy model przedstawia leżalnie, tak ważne pod względem leczenia chorób piersiowych, przy którem obok obfitego i doborowego pożywienia zależy głównie na tem, aby chore płuca odżywiać zupełnie czystem powietrzem, wolnem od jakichkolwiek przymieszek czy bakteryi, a takie tylko na tej wysokości, wśród lasów, zdala od siedzib ludzkich, choremu na płuca zapewnić można. Wszystkie leżalnie zwrócone są ku południowi, osłonione od wiatru, urządzone nader wygodnie i ładnie; na modelu przedstawieni są werendujący pacyenci, ubrani w worki futrzane. Jak korzystne wyniki leczenia daje Sanatoryum i owe tak praktycznie urządzone leżalnie, świadczą najlepiej zestawienia lekarskie dyrektora Dra Kazimierza Dłuskiego, ogłaszane w fachowych pismach lekarskich. Dodać należy, że w kierownictwie zakładem pod względem lekarskim i gospodarczym pomocną jest żona dyrektora Dr Bronisiawa Dłuska.

Ostatni model: piec do palenia plwocin, niemniej ma ważne znaczenie, a z punktu hygieny jest może najciekawszy. Jednem z głównych zadań zakładu jest doszczętne niszczenie bakteryi gruźliczych, i w tym celu tutaj wprowadzono pierwszy piec do ich niszczenia. Wszystkie spluwaczki ścienne i kieszonkowe z tektury impregnowanej według systemu prof. Fluggego zbiera codziennie osobny służący do szczelnych torb z nieprzemakalnego papieru i wyrzuca na każdem piętrze przez odpowiednią rurę wprost do znajdującego się pod nią pieca, gdzie w tej chwili ulegają spaleniu.




Przecięcie gmachu Sanatorjum.



Pracownia chem. bakterjologiczna.

Oprócz modeli znajdują się fotografie świeżo urządzonego pawilonu izolacyjnego, artystycznie urządzonej sali teatralnej, biblioteki, salki fortepianowej, dużej sali jadalnej oraz małej salki jadalnej, ściśle w stylu góralskim, urządzonej przez znanego artystę Wojciecha Brzega.

Patrząc z podziwem na te modele, trudno nie wyrazić uznania ludziom, którzy nie wiedzeni chęcią zysku, ale interesem cierpiącej ludzkości, złożyli milionowy kapitał na stworzenie wzorowego polskiego Sanatoryum dla chorób piersiowych. Do dziś dnia twórcy zakładu, jak hr. Adam Krasiński, Ignacy Paderewski, Konstanty hr. Potocki i wielu pierwszorzędnych lekarzy polskich nie otrzymało żadnego procentu z włożonego kapitału i nie wyciągają po niego dłoni, ale od chwili stworzenia zakładu, dzięki założycielom i dzięki obojgu państwu Dłuskim, setki chorych wyniosły stąd skarb najcenniejszy: zdrowie. O wzorowym zakładzie, mającym tak dobre warunki, położonym na polskiej ziemi, u stóp Tatr, powinni wiedzieć wszyscy piersiowo chorzy, i dlatego dobrze by zrobił zarząd zakładu, gdyby podobne modele Sanatoryum zakopiańskiego umieścił stale we wszystkich miastach całej Polski.

*Kor.*

Piotr Klejn.

# KOSMETYKA ZĘBÓW i JAMY USTNEJ.

## Czem należy płukać zęby i usta.

(*Dokończenie*).

**Tymolowe eliksiry:**

1) Prof. *Limberga* (w Petersburgu).

Rp.

Thymoli 0,3
Spir. Cochleariae
„ Melissae ā 30,0
Trae Ratanhiae 10,0
Ol. Menth. pip. gtt. X
„ Caryophyllor. gtt. XX

MDS.

10 kropel na ½ szklanki letniej przegotowanej wody.

W ł a s n o ś c i: Nadaje się do codziennego użytku.

2) Prof. *Millera* (w Berlinie).

Rp.

Thymoli 0,25
Acidi benzoici 3,00
Trae Eucalypti 12,00
Aquae destill. 750,00

MDS.

Nalać tyle eliksiru na szklankę letniej przegotowanej wody, ażeby płyn zmętniał.

Z a s t o s o w a n i e. Zdaniem prof. *Millera* jama ustna zostaje wyjałowioną w przeciągu jednej minuty; prof. radzi stosować płukanie powyższe nie stale, lecz naprzemian z innemi.

3) Dra *Rediera*.

Rp.

Essentiae Cinnam. Ceylonici
„ Caryophyllorum
Thymoli
Sacharini ā 0,25
Essent. Menth. pip. 1,50
Spir. Vini rectific. 100,00
Trae Ratanhiae 2,50

MDS.

W ł a s n o ś c i posiada wyjaławiające, odwaniające i odświeżające, nadaje się więc do codziennego użytku.

**Utleniający.**

Rp.

Hydrog. perox.
Aquae rosarum 100,0

MDS.

W ł a s n o ś c i: Usuwa woń z tytoniu u palących i z alkoholu. Nadaje się tylko do doraźnego użytku, a nie do stałego. Stosowniejszy do tego celu jest „Perhydrolmundwasser“ *Krewela*.

**Wapienny** (Dla cukiernikuw i piekarzy).

Por. „Rataniowy“ prof. Millera.

Rp.

Aquae calcis 150,0
Glycerini puri
Aquae Menth. pip. ā 5,0

MDS.

Łyżeczka na ½ szklanki letniej przegotowanej wody.

Na zasadzie powyższego dochodzimy do wniosku, iż w rzędzie wszystkich istniejących patentowanych i uznanych środków, służących do płukania ust, tylko te godne są zalecenia, których skład chemiczny nie jest okryty nimbem tajemniczości i cudowności, lecz jest wszystkim znany, które zawierają ingredjencje takie, co nieszkodliwości dla zębów i błony śluzowej ust, przeciwgnilne posiadają własności, i prócz tego mają dobry orzeźwiający smak oraz przyjemny zapach.

P ł u k a n i e j e s t b e z c e l o w e t a m, g d z i e u s t a s ą b a r d z o z a n i e d b a n e, g d z i e j e s t w i e l e n a d p s u t y c h i c u c h n ą c y c h z ę b ó w, z g n i ł y c h k o r z e n i o r a z n i e ż y t

błony śluzowej ust, od rozmaitych zależny przyczyn. Dopóki te ostatnie usunięte nie będą, a wraz z niemi nie nastąpi uzdrowotnienie ust, — nie należy wiele spodziewać się nawet od najsilniej działającego i najpowabniej pachnącego płukania.

# Odpowiedzi Redakcji.

*Dorastającej.* 1) Pigułki te zawierają arszenik. 2) Woda utleniona. 3) Faradyzacja włosów. 4) Lichtmitin Krewela.

*P. Matyldzie Br.* 1) W dziale ogłoszeniowym. 2) Poinformuje perfumerja p. P. 3) Zawiera lapis. 4) Zawiera sublimat—szkodliwe. 5) Preparat bezwartościowy. 6) Woalka brunatna. 7) Pędzlowanie zapobiegawcze 10% roczczynem formaliny 8) Masaż podług wskazówek, podanych w № 23.

*Laikowi.* 1) Woda gorąca z dodatkiem łyżeczki octu toaletowego, przyrządzonego na wodzie kolońskiej. 2) Trichobion. 3) Woda ciepła. 4) Przepis był podany w № 7 r. z. 5) Pędzlowanie 10% roczczynem formaliny.

*Litwince.* 1) Częste ciepłe kąpiele z dodatkiem otr. migd. 2) Radykalnie tylko elektrolizą. 3) Wody pomarańczowej 100, gliceryny chemicznie czystej 15,0, tanniny 0,5. Myć rano i wieczorem ręce tą mieszaniną.

*P. Zofii* M. 1) Stanowczo bez gorsetu. 2) Niech Sz. Pani przeczyta uważnie prace w №№ 19 i 21 „Kosmetyki" p. t. „O pielęgnowaniu biustu w okresie jego rozwoju" i „Kilka uwag w sprawie rozwoju biustu". 3) Niezbyt gęstym grzebieniem. 4) Mydło „od łupieżu". W numerze następnym. 5) Szkodliwa.

*Mimozie.* 1) *Bezwzględnie* dobrych eliksirów niema, nie możemy przeto wskazać jednego *uniwersalnego* środka do płukania ust, gdyż upodobania oraz idyosynkrazja (wrażliwość na leki) rozmaitych osób są różne, i tak naprz. niektórzy czują wstręt do *Odolu*, inni zaś przepadają za eliksirem *Benedyktyńskim.*

Wchodzą więc tu w grę upodobania co do: 1) siły przyzwyczajenia, 2) smaku, 3) zapachu, 4) własności orzeźwiających, odwaniających, 5) ceny i t. p. Wyliczenie tedy całego szeregu (choć niezupełnego) przepisów na eliksiry w oświetleniu krytycznem okazało się nie tylko nieodzownem, lecz nawet—sądzimy—będzie wskaźnikiem dla czytelników — przy wyborze płukań.

Gdy zęby i dziąsła są zupełnie zdrowe, dobre usługi oddać mogą z *krajowych*—eliksiry: *Oxythymol*, *Tymentol* oraz *„Krążki Solodownwe"*, *z zagranicznych*—zaś: *Perhydrolmundwasser*, *Benedyktyński*, *Dra Pierra i Odol.* Redakcja bywa formalnie zarzucaną pytaniami co do własności tego lub owego płynu do płukania ust, z tego też względu podaliśmy monografię p. t. „Czem należy płukać zęby i usta", gdzie w wykazie abecadłowym ciekawi czytelnicy znajdą stosowną odpowiedź co do działania i skuteczności każdego z poszczególnych eliksirów.

A propos innych szczegółów, dotyczących płukań znajdzie Sz. Pani odpowiedź w № 20 „Kosmetyki". *P. K.*

2) Glicerynę chemicznie czystą pierwszorzędnej dobroci wyrabia fabryka chemiczna E. Scheringa w Berlinie pod marką *„Prices patent"*. Taką glicerynę można nabyć w każdej aptece. 100 gramów koszt. 40—50 kop. 3) Wmiankowaną farbę do włosów może Sz. Pani nabyć we wszystkich znaczniejszych składach aptecznych i perfumerjach. Jestto jedna z najlepszych farb, zupełnie nieszkodliwa, barwi prędko i trwale na kolor naturalny, i nie brudzi.

# Od Administracji.

*Z powodu kończącego się półrocza i kwartału uprzejmie prosimy Sz. Prenumeratorów o wczesne nadsyłanie przedpłaty na czas dalszy, od tego bowiem zależy prawidłowa ekspedycja pisma.*

## NADESŁANE.

Redaktor i Wydawca **Dr. H. Zamenhof.**    Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon 36 46.